**Att ta med som spelare**

**Kom ihåg att märka upp era kläder och annat, tex mobilladdare**

* Fotbollsskor, benskydd, mv-utrustning, benskyddstejp
* Ni kommer få matchkläder utdelade som ni ansvarar för hela lägret och lämnar tillbaka efter sista matchen.
* Vattenflaska
* Medelpadskläder (shorts, t-shirt, överdragströja, långbyxor)
* Ryggsäck
* Kläder att ha mellan träningar och matcher (alltid någon del med Medelpads logga)
* Underkläder för många pass
* Tofflor och joggingskor (för promenaden till och från planen)
* Hygienartiklar (tandborste/kräm, duschsaker mm.
* Eventuella mediciner (astma, allergi), solskyddskräm, vätskeersättning.
* Lakan, sovsäck/täcke, kudde, luftmadrass/madrass
* Handdukar
* Mobil, laddare, hörlurar, plånbok, skarvsladd, galgar
* Öronproppar (tips från coachen för dig som sover lätt)
* Skavsårsplåster och dauerbinda (finns på apoteket kostar ca 70kr)
* Regnkläder och varma kläder beroende på vilket väder det blir.

Vi delar ut Medelpads pikétröja att använda vid samlingar och matchkläder, den lämnas in efter sista matchen.